

ひまわり information



日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土					
		1	2	3	13:30~ Xmas 装飾作り		4	5	14:00~ 「星野概念先生 講演会」 クロスランド (セレナホー ル)	6	10:15~ クリスマス会・新年会 準備(買物外出)			1 元 旦	2	3		
7	8	9	10	13:30~ カラオケ △夜間相談		11	12	13	赤とんぼ☆COM 合同 10:00~ クリスマス会 参加費 500円 (赤とんぼ会員 400円)		4	5	6	7	13:30~ 書き初め △夜間相談	8	9	10 赤とんぼ☆COM 合同 10:00~ 新年会 参加費 500円 (赤とんぼ会員 400円)
14	15	16	17	13:30~ 簡単寝ながら ヨガ		18	19	20	10:30~ 自力整体教室 13:30~ 華道教室		11	12	13 成 人 の 日	14	13:30~ カードゲーム △夜間相談	15	16	17 10:30~ 自力整体教室 13:30~ 華道教室
21	22	23	24	13:30~ プチ クリスマス会 △夜間相談		25	26	27	AM10:00~ 大掃除&年越しそば 参加費200円		18	19	20 家 族 相 談 会	21	13:30~ 初釜 参加費 200円	22	23	24 10:30~ ひまわりカフェ (白玉ぜんざい) 参加費 100円
28	29	30	31	大晦日					△夜間相談		25	26	27	28	13:30~ カラオケ △夜間相談	29	30	31 13:30~ ひまわりシアター

ひまわり休館日…毎週日曜日、月曜日、祝日、 12/29~1/3

1/13(火)ひまわり振替休日

ひまわりサロン 注目イベント ～初釜～

日時: 1月 21日(水) 13:30~

場所: ひまわり地域交流室

講師: メンタルヘルスサポーター

名越 みさ子 氏

参加費 200円

年末大掃除のお知らせ

日時: 12月 27日(土) 10:00~ 場所: ひまわり交流室

一年の締めくくりとしてひまわりの大掃除を行います。

掃除の後は、みんなで年越しそばを食べましょう♪

参加費 200円

Cooking

◎12月 24日 (水)
13:30~プチケーキ作り
(プチクリスマス会) 参加費 100円

◎1月 24日 (土)
10:30~白玉ぜんざい
(ひまわりカフェ)
参加費 100円

～赤とんぼ合同イベント～

《クリスマス会》

日時: 12月 13日(土)

10:00~ Xmas フレークランチ作り

13:30~ カラオケ大会

Xmas ケーキ作り&Xmas プレゼントもあるよ！

参加費 500円 (赤とんぼ会員 400円)

《新年会》

日時: 1月 10日(土)

10:00~ 新春鍋祭り

13:30~ ピンゴ大会

豪華景品があたるかも！？

参加費 500円 (赤とんぼ会員 400円)



家族相談会

メルヘン家族会の家族相談員が、地域の精神障害者を抱える家族の方々への相談会を行います。

ご家族の抱える不安や悩みを話してみませんか？

(変更になる場合がありますので、予定表をご確認下さい)

開催日 毎月第3火曜日

時 間 10:00~11:30

(秘密は厳守致します)



夜間電話相談日

日中に相談ができない方へ、夜間電話相談を実施いたします。お気軽にお電話ください。

受付時間は 17:00~19:30です。

* 12月の相談日*

10日 (水) 24日 (水)

* 1月の相談日*

14日 (水) 28日 (水)



お問い合わせは…



地域活動支援センター

ひまわり

富山県小矢部市埴生 1476

TEL 0766-67-7340

FAX 0766-67-7341